

蘇格蘭酒精專家 鼓勵兒童學飲酒

鼓勵兒童學飲酒

【蘇格蘭格拉斯哥十八日電】蘇格蘭酒精專家，最近出版了一本新書，名為「兒童學飲酒」，以指導兒童如何正確地飲酒。這本書是由蘇格蘭酒精專家協會所編寫的，旨在向兒童灌輸正確的飲酒觀念，並教導他們如何正確地飲酒。書中強調，飲酒應是一種社交活動，而不應是一種消遣。書中還介紹了各種酒類的特點和飲用方法，並提醒兒童不要過量飲酒。這本書的出版，得到了蘇格蘭酒精專家協會的全力支持，並被推薦為學校和家庭的必讀之書。

「這是一本非常有趣的書，它不僅教導兒童如何飲酒，還教導他們如何正確地對待酒。這本書的出版，對於兒童的飲酒教育，無疑是一個重大的貢獻。」

蘇格蘭酒精專家協會主席表示，這本書的出版，是為了讓兒童了解酒的文化，並學會如何正確地飲酒。他希望這本書能夠成為兒童的良師益友，並為他們的飲酒生活提供指導。

上海電力公司 美股東求清盤

美股東求清盤 議協產資凍解反違責平北

【北平十八日電】上海電力公司美股東，最近向該公司提出清盤要求，並要求凍解該公司的資產。美股東表示，該公司在經營過程中，違反了與股東簽訂的協議，並對股東的利益造成了損害。他們要求該公司立即停止經營，並對其資產進行清盤。該公司負責人表示，該公司目前正處於經營困難階段，並正在與股東進行協商。他表示，該公司將盡最大努力，以解決目前的問題，並保護股東的利益。

美股東表示，該公司在經營過程中，違反了與股東簽訂的協議，並對股東的利益造成了損害。他們要求該公司立即停止經營，並對其資產進行清盤。該公司負責人表示，該公司目前正處於經營困難階段，並正在與股東進行協商。他表示，該公司將盡最大努力，以解決目前的問題，並保護股東的利益。



高度驚人：這位女子在世界上可以算作最高，她的身高是七呎十吋半。她住在北平，現任職於一家公司。

澳洲兩名商人 北平街頭被襲

【北平十八日電】兩名澳洲商人，最近在北平街頭被襲。據悉，這兩名商人是從澳洲來北平經商的，他們在北平街頭行走時，突然遭到一夥人的襲擊。襲擊者使用了棍棒等武器，對兩名商人進行了毆打。兩名商人受傷情況嚴重，目前正在醫院接受治療。警方已經展開調查，並呼籲公眾提供線索。

陰盛陽衰 深感獨身恐懼

【北平十八日電】一項調查顯示，北平地區存在陰盛陽衰現象，許多男性對獨身生活感到恐懼。調查發現，許多男性在婚姻生活中感到不滿意，並對自己的性能力感到擔憂。他們擔心自己無法維持正常的婚姻生活，並對未來的生活感到迷茫。專家建議，男性應該加強身體鍛煉，並尋求心理諮詢，以解決這個問題。

呼籲舉世關切香港歸屬問題

【本報前日刊載】由香港各界發起，呼籲舉世關切香港歸屬問題。文章指出，香港的歸屬問題是一個國際性的問題，需要全世界人民的共同關切。文章呼籲各國政府、國際組織和民間團體，共同為香港的和平與穩定而努力。文章還強調，香港是中國的一部分，其歸屬問題最終應該由中國人民自己來決定。

泰另建軍火庫 地點設於郊區

【曼谷十八日電】泰國政府最近決定，在郊區另建一座軍火庫。據悉，這座軍火庫將用於存放泰國軍隊的武器和彈藥。政府表示，這座軍火庫的建設，是為了加強泰國的國防力量，並確保國家安全。軍火庫的具體地點已經選定，並正在進行建設工作。

鄧小平邀約 列根訪大陸

【美國華盛頓十七日電】美國總統列根最近邀請中國領導人鄧小平訪美。列根表示，他非常希望能夠與鄧小平進行會談，並就中美關係的發展交換意見。鄧小平表示，他非常感謝列根的邀請，並將在適當的時候訪問美國。這次訪問將是中美兩國領導人之間的一次重要會談，將對中美關係產生深遠影響。

全球最高 不愁找婆家

【北平十八日電】一位身高七呎十吋半的女子，最近在北平引起了轟動。這位女子被譽為「全球最高」，她的存在引起了社會各界的廣泛關注。據悉，這位女子在北平生活得很好，並不愁找不到婆家。她的存在，不僅為北平增添了一道風景線，也為世界人類學研究提供了寶貴的資料。

湖南七呎一高妹 體重三百廿四磅

【湖南十八日電】湖南的一位高妹，身高七呎一吋，體重三百廿四磅。這位高妹的出現，再次引起了人們對人類身高的興趣。據悉，這位高妹來自湖南的一個農村家庭，她的父母身高也很高。她的出現，為研究人類身高的遺傳因素提供了新的案例。

寫字樓招租

灣仔洛克道41號
東城大廈 535呎 1105呎
明年一月起入伙
銀行林立 有停車場
閉路電視 管理素著
步行 十分鐘達中區
請電：五二七七八六

斷推界業油方西

一加前年油國
一成加價將抄

【倫敦十八日電】西方石油工業界最近推斷，明年石油價格將會大幅上漲。據悉，由於全球石油供應緊張，加上生產成本上升，石油價格將會出現大幅度的回升。專家預測，明年石油價格將會比今年上漲百分之二十以上。這將對全球經濟產生重大影響。

香港西北區扶輪社

1980年11月16日週年餐舞會
幸運抽獎中獎號碼：
*1-4037 *6-0244 特別獎*1-2557
*2-0150 *7-0702 2-0112
*3-1152 *8-4992
*4-1736 *9-0242
*5-2771 *10-3226

中獎者請在1980年11月26日前任何工作日下午二時至五時內持中獎券到香港中環太古大廈1225室領獎，逾期無效。
*獎品已領取。

ULTRONIC® Super Hair Blocking

你是否對其他黑髮品都感到失望？

以八十年代的科技，白髮變黑，黑髮變黑，這就是ULTRONIC® Super Hair Blocking的魔力。它能夠有效阻止白髮的產生，並使黑髮更加烏黑亮麗。無論你的頭髮是白髮還是黑髮，使用ULTRONIC® Super Hair Blocking，你都能擁有理想的頭髮。

各大藥房、美容院均有代售。

埔頭一場精彩聯賽

南華現神勇 餽贈精工三蛋

尹志強梅開二度 葉志強錦上添花

【本報訊】昨晚在埔頭球場舉行之南華與精工足球聯賽，結果南華以三比零獲勝。南華隊在比賽中表現神勇，尹志強梅開二度，葉志強亦有一球進帳。精工隊則全場無球入網。



南華隊在比賽中表現神勇，尹志強梅開二度，葉志強亦有一球進帳。

南華守得穩攻得利 中場錯誤精工失守

何容興如有神助力挽狂瀾

【本報訊】昨晚在埔頭球場舉行之南華與精工足球聯賽，南華隊以三比零獲勝。南華隊在比賽中表現神勇，尹志強梅開二度，葉志強亦有一球進帳。精工隊則全場無球入網。

海蜂下月辦韓隊 忠義隊擁五名國脚

該隊正踴躍王孟資料寄港中

【本報訊】海蜂足球隊將於下月舉辦韓國隊，忠義隊擁五名國脚。該隊正踴躍王孟資料寄港中。

球迷看波狂熱銳減 荷蘭足球景況堪憐

37職業球員共負債七千萬美元

【本報訊】荷蘭足球界目前正經歷一場嚴重的經濟危機。據悉，37名職業球員共負債七千萬美元。球迷對足球的熱情也隨之銳減。

加山新將芝曼尼 為哥斯達黎加國脚

曾踢世界盃打中堅

【本報訊】加山足球隊最近簽下了一名新將，芝曼尼。他曾踢過世界盃，並擔任中堅位置。

三比零擊敗精工 南華統帥估唔到 球員兌現七字真言

放盡來踢因而成功

【本報訊】南華足球隊昨晚以三比零擊敗精工隊。南華隊統帥表示，他對球員們兌現了七字真言感到驚喜。

天津人仍生活在黑暗回憶中

一九七六年大地震後 許多人迄今仍住於路邊屋

【本報訊】天津人至今仍生活在黑暗的回憶中。一九七六年大地震後，許多人迄今仍住於路邊屋。

嘉寶首解次釋然豹隱因

現處獨個一處變她，後死拉史的她獨從自

【本報訊】嘉寶首解次釋然豹隱因。現處獨個一處變她，後死拉史的她獨從自。

美廚藝竟揚威歐洲

新菜色的優點及最低消費

【本報訊】美廚藝竟揚威歐洲。新菜色的優點及最低消費。

能操四十國語言的人

金寶才天

【本報訊】能操四十國語言的人。金寶才天。

希交通意外冠歐洲 菲決用高人任交警

菲決用高人任交警

【本報訊】希交通意外冠歐洲。菲決用高人任交警。

快將落成 泰國國式寺廟

快將落成 泰國國式寺廟

【本報訊】快將落成 泰國國式寺廟。

麥樂倫大案律師指稱 証人男女七六年間 無可能到過麥宿舍

因兩年後麥倫才遷入何文田

【本報訊】麥樂倫大案律師，昨(廿)日在法庭上，指稱在七六年間，証人男女七六年間，無可能到過麥宿舍。因兩年後麥倫才遷入何文田。

麥樂倫大案，昨(廿)日在法庭上，由辯方律師指稱，在七六年間，証人男女七六年間，無可能到過麥宿舍。因兩年後麥倫才遷入何文田。

馬頭圍道診所遇劫 醫生勇戰三賊 護士呼救奏功 警員馳至擒獲三疑匪

【本報訊】一名西醫，昨(廿)日在馬頭圍道診所遇劫，醫生勇戰三賊，護士呼救奏功，警員馳至擒獲三疑匪。

案發於昨(廿)日中午十二時，一名西醫在馬頭圍道診所遇劫，醫生勇戰三賊，護士呼救奏功，警員馳至擒獲三疑匪。

何東爵士慈善基金撥款 廣華增添醫療設備 碑記舉行揭幕儀式 醫療服務藉新儀器更趨完善

【本報訊】廣華醫院，昨(廿)日舉行揭幕儀式，廣華增添醫療設備，碑記舉行揭幕儀式，醫療服務藉新儀器更趨完善。

廣華醫院，昨(廿)日舉行揭幕儀式，廣華增添醫療設備，碑記舉行揭幕儀式，醫療服務藉新儀器更趨完善。

鄉議局執行議員會議 建議設副總督 處理新界事務 要求改善有關遷拆補償辦法

【本報訊】新界鄉議局執行議員會議，昨(廿)日舉行，建議設副總督，處理新界事務，要求改善有關遷拆補償辦法。

鄉議局執行議員會議，昨(廿)日舉行，建議設副總督，處理新界事務，要求改善有關遷拆補償辦法。

布政司姬達主持 青衣船塢啟用禮 粉嶺地院 新庭啟用

【本報訊】布政司姬達主持，青衣船塢啟用禮，粉嶺地院，新庭啟用。

布政司姬達主持，青衣船塢啟用禮，粉嶺地院，新庭啟用。

大窩坪廠戶接獲倫敦客署 指廠戶無理由改遷 政府提出遷拆期限

【本報訊】大窩坪廠戶接獲倫敦客署，指廠戶無理由改遷，政府提出遷拆期限。

大窩坪廠戶接獲倫敦客署，指廠戶無理由改遷，政府提出遷拆期限。

先後行劫銀行銀行 四賊判監八至十年 另一被告証據不足獲省釋

【本報訊】五名青年，先後行劫銀行，四賊判監八至十年，另一被告証據不足獲省釋。

五名青年，先後行劫銀行，四賊判監八至十年，另一被告証據不足獲省釋。

赤柱監獄 犯人刺傷 電梯失火 港九三男女 破財共八千

【本報訊】赤柱監獄，犯人刺傷，電梯失火，港九三男女，破財共八千。

赤柱監獄，犯人刺傷，電梯失火，港九三男女，破財共八千。

特別車牌號碼 35個週末拍賣

【本報訊】特別車牌號碼，35個週末拍賣。

特別車牌號碼，35個週末拍賣。

港督施政報告 各部首長今日 答覆議員問題

【本報訊】港督施政報告，各部首長今日，答覆議員問題。

港督施政報告，各部首長今日，答覆議員問題。

四名青年舞蹈家 獲「美孚藝術獎」

【本報訊】四名青年舞蹈家，獲「美孚藝術獎」。

四名青年舞蹈家，獲「美孚藝術獎」。

地盤失火 燒傷工人

【本報訊】地盤失火，燒傷工人。

地盤失火，燒傷工人。

三洋“小寶貝”陪住你，去邊！聽到邊！歡樂歌聲響耳邊！

三洋最新M5550 "Stereo Sportster-小寶貝" 迷你立體聲錄音機

- 迷妳立體聲錄音機
- 迷妳立體聲耳筒
- 迷妳立體聲耳筒
- 迷妳立體聲耳筒

三洋最新M5550 "Stereo Sportster-小寶貝" 迷你立體聲錄音機

三洋“小寶貝”陪住你，去邊！聽到邊！歡樂歌聲響耳邊！

三洋最新M5550 "Stereo Sportster-小寶貝" 迷你立體聲錄音機

- 迷妳立體聲錄音機
- 迷妳立體聲耳筒
- 迷妳立體聲耳筒
- 迷妳立體聲耳筒

三洋最新M5550 "Stereo Sportster-小寶貝" 迷你立體聲錄音機

香港中文大學 徵聘

香港中文大學徵聘

香港中文大學徵聘

天氣預報

天氣預報

天氣預報

戴耳環與戴鼻環

「戴耳環與戴鼻環」是近來流行的一種新式裝飾。在過去，戴耳環是女性的專利，而戴鼻環則是男性的專利。現在，這兩種裝飾已經不分性別，而成為一種普遍的裝飾。戴耳環的女性，可以增添女性的柔美；戴鼻環的男性，可以增添男性的陽剛。這兩種裝飾，都是為了美化自己，而成為一種時尚。

小心防止兩腳衰老

人的衰老，最先從腳部開始。腳部是人體的重要部分，如果腳部衰老，則會影響到全身的健康。因此，我們必須小心防止兩腳衰老。可以通過運動、按摩、穿舒適的鞋子等方法，來保持腳部的健康。

街名望文生義

香港的街道名稱，往往會讓人產生一些誤解。例如，「皇后大道」，其實並不是皇后的大道，而是「后」字的大道。這種誤解，往往會讓人感到好笑。因此，我們在閱讀街道名稱時，必須要注意文生義，以免產生誤解。

師老舊起不對

在過去，老師是受人尊敬的職業。但是，現在老師的地位已經大不如前。這是由於社會的變遷，以及人們對老師的期望值越來越高。老師必須不斷學習，不斷進步，才能跟上時代的步伐。否則，老師的地位將會越來越低。

心有不忍應離不離

在面對一些困難和挑戰時，我們往往會感到心有不忍。但是，我們必須要學會放手。如果我們一直不放手，那麼我們將會被困難和挑戰所壓垮。只有學會放手，我們才能輕裝上陣，迎接挑戰。

問九巴加價

九巴公司最近宣佈加價，這引起了市民的強烈不滿。市民認為，九巴公司的加價是不合理的，因為九巴公司的服務質量並沒有得到相應的提高。九巴公司應該考慮到市民的利益，而不是一味地追求利潤。

陷阱個是紙攤

在社會上，我們經常會遇到一些陷阱。這些陷阱往往是紙糊的，一旦我們掉進去，就會損失慘重。因此，我們在遇到這些陷阱時，必須要保持警惕，不要輕易上當受騙。

賽車記舊遊

賽車是一項刺激的運動，也是一種休閒娛樂的方式。在賽車場上，我們可以感受到速度與激情。賽車記舊遊，可以讓我們回憶起過去的點點滴滴，也可以讓我們感受到生活的樂趣。

論香港之車

香港是一個繁華的都市，也是世界上最擁擠的都市之一。在這樣一個都市中，汽車是人們出行的主要工具。但是，香港的汽車數量過多，給交通帶來了巨大的壓力。我們需要思考如何解決這個問題。

小心中止兩腳衰老

人的衰老，最先從腳部開始。腳部是人體的重要部分，如果腳部衰老，則會影響到全身的健康。因此，我們必須小心防止兩腳衰老。可以通過運動、按摩、穿舒適的鞋子等方法，來保持腳部的健康。

街名望文生義

香港的街道名稱，往往會讓人產生一些誤解。例如，「皇后大道」，其實並不是皇后的大道，而是「后」字的大道。這種誤解，往往會讓人感到好笑。因此，我們在閱讀街道名稱時，必須要注意文生義，以免產生誤解。

師老舊起不對

在過去，老師是受人尊敬的職業。但是，現在老師的地位已經大不如前。這是由於社會的變遷，以及人們對老師的期望值越來越高。老師必須不斷學習，不斷進步，才能跟上時代的步伐。否則，老師的地位將會越來越低。

心有不忍應離不離

在面對一些困難和挑戰時，我們往往會感到心有不忍。但是，我們必須要學會放手。如果我們一直不放手，那麼我們將會被困難和挑戰所壓垮。只有學會放手，我們才能輕裝上陣，迎接挑戰。

問九巴加價

九巴公司最近宣佈加價，這引起了市民的強烈不滿。市民認為，九巴公司的加價是不合理的，因為九巴公司的服務質量並沒有得到相應的提高。九巴公司應該考慮到市民的利益，而不是一味地追求利潤。

陷阱個是紙攤

在社會上，我們經常會遇到一些陷阱。這些陷阱往往是紙糊的，一旦我們掉進去，就會損失慘重。因此，我們在遇到這些陷阱時，必須要保持警惕，不要輕易上當受騙。

賽車記舊遊

賽車是一項刺激的運動，也是一種休閒娛樂的方式。在賽車場上，我們可以感受到速度與激情。賽車記舊遊，可以讓我們回憶起過去的點點滴滴，也可以讓我們感受到生活的樂趣。

論香港之車

香港是一個繁華的都市，也是世界上最擁擠的都市之一。在這樣一個都市中，汽車是人們出行的主要工具。但是，香港的汽車數量過多，給交通帶來了巨大的壓力。我們需要思考如何解決這個問題。

論香港之車

香港是一個繁華的都市，也是世界上最擁擠的都市之一。在這樣一個都市中，汽車是人們出行的主要工具。但是，香港的汽車數量過多，給交通帶來了巨大的壓力。我們需要思考如何解決這個問題。

工商日報

本報每日出版，內容豐富，報導詳實。歡迎訂閱。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

分類廣告

本報設有分類廣告，包括房屋、汽車、招聘等。歡迎刊登。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

聘請

本公司現聘請會計師一名，待遇優厚。有意者請來函。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

報稅

本公司提供專業報稅服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

徵求

本公司徵求優秀人才，待遇從優。有意者請來函。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

遺失

本人遺失身分證一張，號碼為123456789。如有拾獲者，請送還本人。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

聲明

本人聲明，本人與某某人無任何關係。特此聲明。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

尋訪

本人尋訪多年不見的朋友，如有消息，請與本人聯繫。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

追債

本公司提供專業追債服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

商業

本公司提供各種商業服務，包括諮詢、策劃等。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

搬運

本公司提供專業搬運服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

喉科

本公司提供專業喉科服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳鳴

本公司提供專業耳鳴服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳聾

本公司提供專業耳聾服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳痛

本公司提供專業耳痛服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳癢

本公司提供專業耳癢服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳臭

本公司提供專業耳臭服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳紅

本公司提供專業耳紅服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳痛

本公司提供專業耳痛服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳癢

本公司提供專業耳癢服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳聾

本公司提供專業耳聾服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳鳴

本公司提供專業耳鳴服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳臭

本公司提供專業耳臭服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳紅

本公司提供專業耳紅服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳痛

本公司提供專業耳痛服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳癢

本公司提供專業耳癢服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳聾

本公司提供專業耳聾服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳鳴

本公司提供專業耳鳴服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳聾

本公司提供專業耳聾服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳痛

本公司提供專業耳痛服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳癢

本公司提供專業耳癢服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳臭

本公司提供專業耳臭服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳紅

本公司提供專業耳紅服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳痛

本公司提供專業耳痛服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳癢

本公司提供專業耳癢服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

耳聾

本公司提供專業耳聾服務，收費低廉。歡迎諮詢。地址：香港中環皇后大道中。電話：2512345。

體態嬌媚，有嬌人的體態，所以，最嬌媚動作，只要艱難得宜，持之以恆，再與食事配合，體態定有改變，且功參卓著。

△腰部練習

(一) 右腳伏在平面上，兩腿併攏，貼合在平面上，上身以右肘和左掌支持。(二) 深呼吸，踮起左腳，膝蓋不可彎曲。(三) 舉起的左腳，向前方挪去，貼在平面和右腳成直角。

更後身體側面和左右腿的位置，反覆練習多次，此姿勢多次，此練習對腰部強健很有幫助。

△胸部練習

(一) 屈起小腿，挺大屁股，坐它上面，挺腰，正坐，作深呼吸。

(二) 二手向後，十指相握，深吸氣。(三) 一邊吐氣，一邊將合拱之手向後掃起，同時，身體向前傾，直至頭碰地，然後，靜止保持十秒鐘，在均勻的深呼吸中重複上述動作若干次，對局部線條美很有

利用與這套安眠食食比較其他方法來得容易，值在獨食食物時，都有一定時間的標準，不像其它煎、煮、炸、炒等方式，必須全

△頸部練習

(一) 屁股坐在屈起的小腿上，上身挺直，二手扶腰，頭頸放鬆，打圓圈。(二) 吸氣時，頭向前仰，有節奏時，頭再向前傾，有節奏時，頭再向前傾，有節奏時，頭再向前傾。

良易

院把握得最準確，專家註者，只要根據書上的指示，在調上稍加注意，將食物放入鍋內，便能夠烹製一流的菜式。

轉一方向，徵任督，注

對消除頑疾的實效有幫助，脖子粗胖的人，更應多作此練習。

(二)正伏臉、

深入而持久，呼吸間十秒鐘，起保持半分鐘，再放鬆。重複進行三次練習，每次練習後是有助收緊，有效減少脂肪。

面上，(三)雙腿小腳，由手抓住腳趾在平面此時，兩腿夾氣，兩手和手(三)兩腿夾氣，此時，兩腿夾氣，此時，兩腿夾氣。

錢頭行三大練習，有效減少脂肪。

港九影

天才，也能舉人落第。
很喜歡將毛髮亂，這並不是病癩。牠是雜料，這是雜究的一僞友。金葉靈飼料，草食家畜都可供應的。

但是當雄食的是相當維食的，可以以吃，水果

但別太多，會變弱時，牠是愛洗浴的，如天寒地凍，就換了。用個浴籠放進些水，讓它連冷時，應以布製的襪衣給以保護。

先了解脾性
學得快，但不學得勤力要緊，學活出力要緊，可以放出來玩，配出你與元

長的暹羅對牠是足，性喜清潔飼料，玩弄，處分

飼養了哥

聯合廣告

邦華

原料與水供應充足
專看你的需要與才而決定的，有種種的習慣動作，如練習講話，唱歌，那就要反其道而行之，這就不多了，丁看很頑皮，你和他建立友誼（下）

香脆
刺激
辣火
蒸目
眼給

姊妹花

慾海

映獻日明
片作動秘娛娛
令殺密

天今後最
謀的來以有美
! 陸大來史國

營細真
年說事
人

13 11
?! 月

映獻大座天明
片鬼怖恐人級氣
談怪古四